

Tipps und Lernhinweise für die Ferien



Allgemeine Empfehlungen

Sämtliche hier zur Verfügung gestellten Aufgaben und Materialien dienen der freiwilligen Wiederholung und Vertiefung in den Ferien. Vorab zudem einige allgemeine Hinweise:

1. Erholen

Die Ferien sind dazu da, Energie aufzutanken. Deshalb solltest Du Dich in der ersten Zeit ausruhen und schön die Schule vergessen! Erst in der zweiten Ferienhälfte solltest Du wieder an die Schule denken. Warum? Weil es wissenschaftlich erwiesen ist, dass Ferien überhaupt nicht gut für das Lernen sind.

2. Ziele setzen

Überlege Dir, in welchen Fächern es wichtig wäre, Dich zu verbessern oder den Anschluss nicht zu verlieren. Dazu solltest Du Dir einen Lernplan machen, in welchen Du ganz konkret aufschreibst, was Du lernen, verbessern oder vertiefen willst.

Teile Dir den Stoff in möglichst überschaubare Portionen auf, so hast Du einen besseren Überblick und es wirkt auch nicht so viel. Nicht vergessen, es sind immerhin Ferien, deshalb solltest Du höchstens 2 Stunden am Tag „arbeiten“.

Nimm Dir Zeit, wenn Du diesen Plan erstellst. Idealerweise ist Dein Lernplan ein Zettel, der auf Deinem Schreibtisch liegt oder am Kühlschrank in der Küche hängt. Alles, was Du erledigt hast, kannst Du abhaken und so siehst Du Deinen Fortschritt und Deine Erfolge.

3. Wiederholung einplanen

Wiederholen ist das Wichtigste am Lernen! Deshalb startest Du vor jeder neuen Einheit mit einer kurzen Wiederholung. Das Gute daran ist, dass Du schnell feststellen wirst, dass Du Dir nach und nach viel mehr merken kannst und Du merkst auch schnell, was Du noch nicht kannst.

4. „Richtig“ lernen“

Jeder Mensch lernt anders. Manchen genügt es, sich einen Text mehrmals durchzulesen, andere lernen am besten, wenn sie schreiben. Wieder andere lernen, indem sie laut sprechen und sich Sachen selbst erklären.

Falls Du noch nicht weißt, was für ein Lerntyp Du bist, solltest Du das schleunigst herausfinden. Im Internet gibt es dazu viele Seiten.

5. Am Vormittag lernen

Auch wenn es nervt, Morgenstund' hat Gold im Mund. Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass die meisten Menschen morgens geistig am aktivsten sind. Ein weiterer Vorteil: was Du vormittags erledigt hast, kannst Du beruhigt auf Deinem Lernplan abhaken und den restlichen Tag in vollen Zügen genießen.

6. Belohnen

Überlege Dir, am besten zusammen mit Deinen Eltern, wie Du Dich für Deinen Fleiß belohnen kannst. Belohnung ist wichtig, weil sie Dich motivieren kann und sie hilft Dir beim Lernen durchzuhalten.

Aber nicht vergessen: die größte Belohnung ist die, dass Du Dich selbst überwunden hast und Deine Lernziele erreicht hast. Denn: Du lernst nicht für Deine Eltern oder Deine LehrerInnen, sondern nur für Dich. Es ist schließlich Dein Leben.

Übersicht Tipps der einzelnen Fächer

Fach	Seite
Deutsch	3
Englisch	4
Französisch	5-6
Latein	7-8
Italienisch	9
Mathematik	10
Informatik	11
Physik	12
Chemie	13-14
Biologie/NuT	15
Geographie	16-17
Geschichte	18-19
Sozialkunde	20
Wirtschaft und Recht	21
Religion evangelisch	23
Religion römisch-katholisch	24
Ethik	25-27
Kunst	28-30
Musik	31-33
Sport	34-35

Allgemein:

Links und digitale Angebote:

- Die Münchner Stadtbibliothek hat bis 30. Juni 2020 kostenlose Digitalangebote für alle Münchner Schülerinnen und Schüler: <https://www.gasteig.de/neuigkeiten-gratis-fuer-alle-muenchner-stadtbibliothek-oeffnet-digitalangebot.html,k1,n364>
- Unter dem Link von GRIPS Deutsch (<https://www.br.de/grips/faecher/grips-deutsch>) finden sich Sendungen und Wissenspools zu ausgewählten Fragen rund um den Deutschunterricht wie zum Beispiel Rechtschreibung, Grammatik, Aufsatzerziehung für alle Klassenstufen von 5 – 10
- Unter dem Angebot des Schulfernsehens multimedial des SWR und des WDR finden sich zum Thema „Deutsch als Zweitsprache“ interessante Sendungen, multimediale Lernspiele, Filme und Wissenspools: <https://www.planet-schule.de/sf/filme-online.php?reihe=1095%20>
- Zum selbstständigen Lernen des 10-Finger-Systems eignet sich der folgende Link: <https://www.tipp10.com/de/online>
- Zur Wiederholung der Grammatik und Rechtschreibung eignet sich für Jahrgangsstufe 5 – 10 die folgenden Seiten <https://onlineuebung.de/deutsch/rechtschreibung/> und https://online-lernen.levrai.de/deutsch_rechtschreibung_uebungen_5-7.htm

Unterstufe:

Das kannst Du ohne PC tun:

- Ein Tagebuch im Stil von 'Greg', 'Tom Gates' oder 'Pekka' schreiben, also mit entsprechenden Illustrationen und einem kreativen Umgang mit Schrifttypen. Hilfestellungen für diese Aufgabe und eine Idee von einem „gezeichneten Tagebuch“ bieten auch die Anregungen aus der Fachschaft Kunst.

Links und digitale Angebote:

- „Post von ZEIT LEO“ – das ist ein neuer Newsletter für Kinder zwischen 6 und 12 Jahren. Er erscheint täglich mit einem kleinen Beschäftigungsangebot für zuhause – einer Rätsel-seite, einem Comic, einem Hörbuch, einem Spiel- oder Basteltipp. Die Anmeldung zum Newsletter ist unter <https://verlag.zeit.de/freunde/vorteil/post-von-zeit-leo/post-von-zeit-leo/> möglich.

Oberstufe:

Links und digitale Angebote:

- Digitaler Rundgang durch die Ausstellung "Du bist Faust" (2018, Kunsthalle München) unter dem Link: <https://www.kunsthalle-muc.de/ausstellungen/faust-digital/>
- Sendereihen „Autoren erzählen“ und „Dichter dran“ bei Planet Schule – Schulfernsehen multimedial des SWR und des WDR unter dem Link: <https://www.planet-schule.de/>
- Online-Lektüre des Kulturteils der Süddeutschen Zeitung, der FAZ und der ZEIT (auch zur Abiturvorbereitung für Q 11 / 12)

Allgemein:

Links und digitale Angebote:

- <https://www.bbc.co.uk/learningenglish>
- www.englisch-hilfen.de
- <https://www.cambridgeenglish.org/learning-english/>
- <https://www.planet-schule.de/sf/filme-online.php?reihe=1095> (auch für andere Fächer)

Unterstufe:

Das kannst Du ohne PC tun:

- Wortschatz wiederholen, auch spielerisch, zum Beispiel mit einer Zimmer-Rallye
- Übungen zur Grammatik aus Schulbuch bzw. Workbook wiederholen
- Lehrbuchtexte nochmals lesen, bzw. laut Vorlesen
- Lesen, z.B.:
 - *Diary of a Wimpy Kid* by Jeff Kinney
 - *The Amazing Adventures of Jack London* by David Fermer and Till Nachtman

Links und digitale Angebote:

- Word games: <https://learnenglishkids.britishcouncil.org/word-games>
- Learning English for kids: <https://www.youtube.com/watch?v=8irSFvoyLHQ>

Mittelstufe:

Das kannst Du ohne PC tun:

- Wortschatz wiederholen
- Übungen zur Grammatik aus Schulbuch bzw. Workbook wiederholen
- Lehrbuchtexte nochmals lesen, bzw. laut Vorlesen
- Watch films in English!
- Lesen, z.B.:
 - *Rabbit Proof Fence* by Doris Pilkington
 - *Call of the Wild* by Jack London
 - *The Hole* by Louis Sachar

Oberstufe:

Das kannst Du ohne PC tun:

- Wortschatz wiederholen
- Lehrbuchtexte nochmals lesen
- Watch films in English!
- Read English newspapers online (e.g. The Guardian)
- Lesen, z.B.:
 - *Born a Crime, Stories from a South African Childhood* by Trevor Noah
 - *The Handmaid's Tale* by Margaret Atwood
 - *The Curious Incident of the Dog in the Night-Time* by Mark Haddon
 - *About a Boy* by Nick Hornb

Allgemein:

Spiele im Internet

- Frz. Sprichwörter/Redewendungen fotografisch darstellen und andere erraten lassen
(*ab Mittelstufe*)
(z.B. <http://www.linguatools.de/deutsch-franzoesisch-redewendungen.html>)
- Frz. Lernspiele für verschiedene Niveaus
(<https://www.franzoesisch-lernen-online.de/quiz-spiele>)
- Quiz über Frankreich für die ganze Familie
(<https://www.france-allemande.fr/Quiz-uber-Frankreich,2604.html> oder
<https://www.geo.de/reisen/reisequiz/14151-quiz-wissenstest-wissenstest-frankreich>)
- Anfangsunterricht: Konjugation unregelmäßiger Verben oder auch Zahlen, Körperteile und vieles mehr als Lieder mit Videos von „Alain Le Lait“ auf *YouTube*
(z.B. *faire*: <https://www.youtube.com/watch?v=Ulw2HkqKaiQ&t=6s>
être: <https://www.youtube.com/watch?v=z2lrJ0DB0Xg&t=6s>
nombres: <https://www.youtube.com/watch?v=wlyqz2unHKc>)

auf die französische Kultur bezogene Aktivitäten

- Frz. Gerichte gemeinsam kochen/backen
(z.B. <https://www.franzoesischkochen.de/category/kinder/>)

im Internet abrufbare Filme / Fernsehsendungen

- Arte: Karambolage – Interessante Fakten und dt.-frz. Vergleiche für die ganze Familie
(*bei Interesse: alle Klassenstufen*)
(<https://www.arte.tv/de/videos/RC-014034/karambolage/>)

Unterstufe:

Lesetip: - Catherine Grabowski, **Un hamster au collège. Le journal de Théo.** Cornelsen (ISBN 978-3-06-021456-3). (*sehr zu empfehlen: wälzt genau Vokabular und Grammatik aus der Zeit des Home Office um*)

Mittelstufe:

- Lesetipps:
- Catherine Grabowski, **Aventure à Montpellier.** Cornelsen (ISBN 978-3-06-520146-9)
- Anne-Marie Le Plouhinec, **Stéphanie superstar !** Klett (ISBN 978-3-12-591857-3)
- Catherine Grabowski, **Grand air** Cornelsen (ISBN 978-3-06-520799-7)
- Krystelle Jambon, **Entre père et fils** Klett (ISBN 978-3-12-591818-4)
- Catherine Grabowski, **Le journal de Justin** Cornelsen (ISBN 978-3-06-121906-2) (KI. 8 3. FS)
- Marceline Putnai, **Mystère à Cannes** Klett (ISBN 978-3-12-591819-1) (KI.9)
- Azouz Begag et al, **Mon premier échange** Klett (ISBN 978-3-12-591815-3) (KI.9)
- Catherine Grabowski, **Le journal de Malo. Le problème avec l'avenir** Cornelsen (ISBN 978-3-06-122134-8) (KI.9 3. FS)

im Internet bestellbare Brett- / Kartenspiele für die ganze Familie (mit Französisch-Grundkenntnissen, ab 7./ 8. Klasse = A2)

- Un week-end à Paris
(<https://shop.hueber.de/de/grubbe-un-week-end-a-paris.html>)
- Bon voyage (« Bewältigung unvorhergesehener Situationen auf Reisen»)
(<https://shop.spotlight-verlag.de/bon-voyage-1.html>)
- Piste à suivre: Connais-tu la France et la Francophonie ? <https://shop.spotlight-verlag.de/piste-a-suivre-spiel-connais-tu-la-france-et-la-francophonie.html>

Oberstufe:

- Lesetipps
- Jean-Claude Mourlevat, **L'enfant Océan** Reclam (ISBN 978-3-15-009117-9) (KI.10)
- Éric-Emmanuel Schmitt, **Monsieur Ibrahim et les fleurs du Coran** Reclam (ISBN 978-3-15-009118-7)
- Antoine de Saint-Exupéry, **Le Petit Prince** Reclam (ISBN 978-3-15-019894- ?) (KI.10)
- Claudine Galéa, **Rouge Métro** Cornelsen (ISBN 978-3-06-121178-3) (Q11)
- Roland Fuentès, **L'échange** Cornelsen (ISBN 978-3-06-020686-5) (Q11)
- Faiza Guène, **Kiffe kiffe demain** Reclam (ISBN 978-3-15-019790-?) (Q11)
- Gael Faye, **Petit Pays** Klett (ISBN 978-3-12-59731-8) (Q12)
- Albert Camus, **L'Étranger** Klett (ISBN 978-3-12-597460-9) (Q12)

Französisches Medienangebot online : Culturethèque des Institut français
man kann sie derzeit für drei Wochen kostenlos testen; danach wird sie teuer...

(<https://muenchen.institutfrancais.de/mediathek>)

Website der französischen Sprachzeitschrift Écoute

(meist für Fortgeschrittene, aber auch schon in Teilen ab ca. 8. Klasse nutzbar)

Rubriken:

- Französisch lesen (Texte der Zeitschrift)
- Französisch hören (Hörtexte)
- Französisch üben (Wortschatz- und Grammatiktraining zum Wiederholen)
- Sprachratgeber: einzelne Grammatikkapitel werden – zur Wiederholung - erklärt, dazu gibt es noch interaktive Übungen (<https://www.ecoute.de/>)

Unterstufe:

Das kannst Du ohne PC tun:

- Wiederholung der Vokabeln:
 - alte Vokabeln ab Lektion 1 wiederholen (6. Klasse)
 - „Heft zur Wiederholung des ersten Lernjahres Latein: Wortschatz und Grammatik.“ (Zusammengestellt von Schloemann/ Schätzl) (7. Klasse)
- Wiederholung Übersetzung:
 - Lesestücke der Plateau-Lektionen zu jeder bisher besprochenen Sequenz aus Aedamus! 1 (6. Klasse zu Kap. 1-5/6-10/11-15) bzw. Aedamus! 2 (7.Klasse zu Kap.26-30/ 31-35/36-39)
- Lektüretipps:
 - Griechische Sagen, nacherzählt von Richard Carstensen (dtv)
 - Römische Sagen, nacherzählt von Richard Carstensen (dtv)

Links und digitale Angebote:

- Ein virtueller Einblick in das Leben der Römer: <http://www.lwl-kultur.de> (Römermuseum)

Mittelstufe:

Das kannst Du ohne PC tun:

- Wiederholung Vokabeln:
 - Anlegen eines DIN-A6-Merkhefts für die Hosentasche (Vokabeln, Grammatik)
 - Nutzen von Apps wie Phase 6 u.ä. zum spielerischen Wiederholen lat. Vokabeln und Grammatik
 - Eigenes Abfragen von Vokabeln per Smartphone (Aufnahmefunktion)
- Wiederholung Übersetzung:
 - Schriftliches(!) Übersetzen der im Unterricht bereits übersetzten Textstelle
 - Einsatz einer zweisprachigen Textausgabe zum Erschließen neuer Passagen (erschwinglich z.B. von Reclam)
 - Einsatz entsprechender Lernapps zum spielerischen Wiederholen lat. Vokabeln und Grammatik
- Vertiefung kulturellen Hintergrundwissens:
 - Karteikarten zu Sachthemen der Antike selbst anlegen (Mythologie, römische Geschichte und Kultur)
 - Sprachkalender Latein (z.B. von Langenscheidt) zum abwechslungsreichen und kurzweiligen Erwerb von Wissen über die Antike (auch Vokabel- und Übersetzungsschulung)
- Lektüretipps:
 - Christoph Ransmayr: Die letzte Welt (Fischer) (zu Ovids Metamorphosen)
 - Robert Harris: Imperium / Titan/ Dictator (Heyne) (spannende Trilogie zu Cicero)

Links und digitale Angebote:

- <http://www.schlaukopf.de> sowie 'Magister digitalis' (Erklärvideos zu sämtlichen Grammatikphänomenen)

Oberstufe:

Das kannst Du ohne PC tun:

- Wiederholung Vokabeln:
 - Systematisches Zusammenführen der selbsterstellten Autorenwortschätze der Q11/12 nach Semesterthemen: Erstellung von Lerneinheiten für das Abitur (Mind-maps/ Cluster/ Wortfamilien/ Wortfelder)
- Lektüretipps:
 - Helmut Lange/ Oliver Geisselhart: „Kaputt ist der Kopf: Mit Wortbildern hundert und mehr Lateinvokabeln pro Stunde lernen“ (Methoden des Gedächtnistrainings)
 - Robert Harris: Imperium / Titan/ Dictator (Heyne) (spannende Trilogie zu Cicero)
 - Ludwig Marcuse: Philosophie des Glücks. Von Hiob bis Freud (gut lesbar und interessant auch zu Seneca, Epikur etc.)

Links und digitale Angebote:

- Autorenwortschatz Cicero: <https://quizlet.com/106876843/cicero-autorenwortschatz-flash-cards/>
- Autorenspezifische Übersetzungsübungen: <https://www.br.de/alphalernen/faecher/latein/index.html>
- virtueller Rundgang durch die Glyptothek: <https://www.antike-am-koenigsplatz.mwn.de/de/glyptothek-muenchen/sammlungrundgang.html>
- BR Mediathek Grundkurse: <https://www.br.de/alphalernen/faecher/latein/index.html>
- Aktuelle Nachrichten auf Latein: <https://nuntiilatini.com/>
- Björn Puscha mit seinem Programm „Latin Lover“ (Mitschnitte aus dem „Vereinsheim Schwabing, zu finden auf Youtube

Allgemein:

Soweit nicht anders angegeben, sind die Angebote ab der Mittelstufe (8. Jgst.) geeignet.

Das kannst Du ohne PC tun:

Gemeinsame Familienaktivitäten mit Italienbezug

- Italienisch Kochen mit Kindern: Allgemeine Hinweise, damit das Kochen mit Kindern gelingt; einfache Rezepte und Hintergrundwissen zur italienischen Küche (**bereits ab Unterstufe geeignet**)

<https://www.bertolli.de/de-de/magazin/kulinarische-generationen-kochen-mit-kindern>

- Un fine settimana a Roma (Karten- und Brettspiel mit mehreren Spielern): Spielerisch Rom entdecken – ein Sprach- und Reisespiel für die ganze Familie (kann bereits mit nur sehr geringen Italienischkenntnissen gespielt werden); Spiel kann über den Online-Versand der Buchhandlungen bestellt werden; (ISBN: 3196495868)

<https://shop.hueber.de/de/catalog/product/view/id/25027/s/grubbe-un-fine-settimana-a-roma/category/19421/#musterseiten>

Links und digitale Angebote:

- Italien online erleben:
 - #WeAreItaly - Stay tuned on IT: Große Sammlung an Online-Möglichkeiten, um Italien auch während der landesweiten Quarantäne zu erleben; organisiert vom italienischen Außenministerium (Musik, Clips, Spiele etc.), z.T. auch in englischer Sprache verfügbar. https://www.esteri.it/mae/en/politica_estera/promozione-integrata-del-sistema/weareitaly
 - Uffizien – Florenz: ein virtueller Spaziergang durch das weltberühmte Museum: Mit deutschsprachigen Erklärungen zu allen Sälen und Kunstwerken. <https://www.virtu-alfuffizi.com/de/virtuelle-tour.html>
- Unterhaltsame Online-Rätsel für die ganze Familie:
 - Pasta-Quiz auf Deutsch: <https://www.stern.de/genuss/wissenstests/nudel-quiz--sind-sie-ein-pasta-experte--3682248.html>
 - Quiz: Pasta or Composer? (auf Englisch): <https://www.classicfm.com/discover-music/latest/composer-or-pasta-game/>

Allgemein:

Wie die Erfahrungen der bayrischen Mathematiktests zeigen, ist es häufig schwierig, erlernte mathematische Fähigkeiten und Kenntnisse aus dem Stegreif abzurufen. Vor allem wenn einem die direkte Übung mit oder in der Klasse für mehrere Wochen verwehrt bleibt.

Aber mit ein paar kleinen freiwilligen Übungsaufgaben während der Ferien, sollte damit gut Abhilfe geschaffen werden. Denn wie heißt es nämlich so schön: „Übung macht den Meister!“

Im Allgemeinen und für alle Jahrgangstufen gibt es unterschiedliche Möglichkeiten, die euch Schülerinnen und Schülern im Verlauf der zwei Wochen helfen können im Fach Mathematik fit zu bleiben. Für alle Jahrgangstufen gilt primär:

- Das freiwillige Wiederholungsblatt, wird als besonders geeignet erachtet. Da es von der Mathematiklehrkraft der Klasse oder des Kurses passend zum Unterrichtsstoff erstellt wird, können hier am besten die Grundlagen wiederholt werden.
- Die Nutzung von <https://mathegym.de> kann für die Wiederholung in jeder Jahrgangstufe herangezogen werden. Hier werden vielfältige Tests und Aufgaben bereitgestellt und man kann sogar klassenintern kleine Wettbewerbe ausfechten (Sollte noch keine Registrierung bzw. Freischaltung vorliegen, wird darum gebeten, dass man sich an die Mathematiklehrkraft der Klasse wendet!)

Des Weiteren können folgende Angebote genutzt werden...

- **... für die Unterstufe:**
Unter <https://www.mathe-kaenguru.de/zuhause/> werden jeden Tag zwei Denk- & Knobelaufgaben ganz im Sinne des bekannten Känguru-Wettbewerbs online gestellt. Die Aufgaben schulen das mathematische Denken und sind unter anderem für die 5./6. Klasse sowie 7./8. Klasse geeignet.
- **... für die Mittelstufe:**
Auf der Seite <https://www.mathe-wettbewerbe.de/mo/mo-tage> werden ebenfalls Montag und Donnerstag mathematische Aufgaben für jede Jahrgangsstufe eingestellt. Zudem kann auch das Angebot für die Unterstufe sowie die Oberstufe wahrgenommen werden.
- **... für die Oberstufe:**
Die Plattform <http://smart.uni-bayreuth.de/data/gym/Mathematik/Mathematik.html> ermöglicht es, eigene Übungsblätter für jede Jahrgangsstufe zu erstellen. Die meisten Aufgaben sind auch mit Lösungen versehen. Eine Bearbeitung ausgewählter Abituraufgaben aus den letzten Jahre bietet sich natürlich auch an.

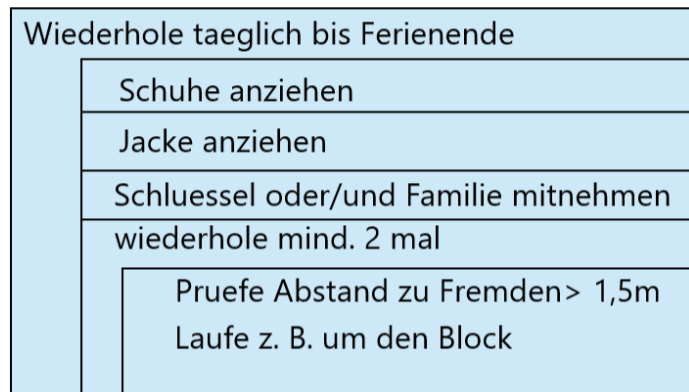
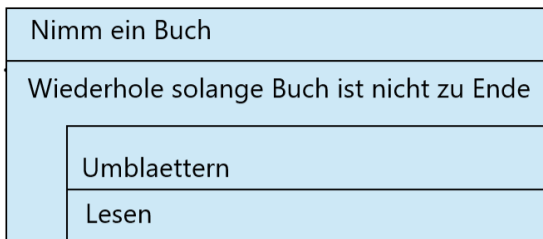
Für diejenigen, die sich in den Ferien mit den Übungsaufgaben beschäftigen, wird es nach der schulfreien Zeit im Fach Mathematik sicherlich die Möglichkeit geben, Lösungen bzw. Problemstellungen zu besprechen, so dass ein einfacher Start in die quarantärefreie Zeit gelingen kann.

Allgemein:

Neben den vielen digitalen Angeboten ist es wichtig, zeitweise etwas Abstand von PC, Tablet oder Handy zu gewinnen. Daher:

Das kannst du ohne PC tun:

Interpretiere die beiden folgenden Struktogramme (auch schon ab Jgstf. 6 zu verstehen)



Links und digitale Angebote:

- Aufgaben vom Wettbewerb **Informatik-Biber** der letzten Jahre: zum Knobeln und Tüfteln unter <https://bwinf.de/biber/kennenlernen>
- Endlich schneller Tippen? Lerne das Zehnfingersystem z.B. mit dem kostenlosen Programm TIPP10 (download unter <https://www.tipp10.com/de/download/>)

Ab der Mittelstufe:

Diverse Kurse und Inhalte zu interessanten Gebieten der Informatik unter <https://www.inf-schule.de/>

Z.B. [Imperative Programmierung mit Python](#)

Oberstufe:

Am 31.03. war der „World-Backup-Day“!

Bei den Datenmengen, die jeder einzelne inzwischen Speichert (Bilder, Videos, Dokumente, etc...) sind regelmäßige Backups ein wichtiges Thema. Welche Backupstrategien nutzt ihr selbst auf eurem Smartphone, eurem PC, ... ? Welche nutzen eure Eltern? Die freien Tage können ein guter Anlass sein, das eigene Verhalten zu überprüfen und eventuell neue Sicherungen anzulegen.

Allgemein:*Links und digitale Angebote:*

- Digitales Angebot zur freiwilligen Wiederholung oder Vertiefung: <https://www.leifiphysik.de/>

Die Physik-Lehrkraft informiert die Klassenleitung der jeweiligen Jahrgangsstufe über **ein** passendes, das momentan bzw. zuletzt behandelte Kapitel unterstützendes, Modul auf Leifi-Physik. Hierbei wird der Schwerpunkt auf Lernvideos, Anwendungen aus dem Alltag gelegt, das informierenden bzw. vertiefenden Charakter hat. Die Lehrkraft verweist in diesem Zusammenhang noch einmal auf die entsprechenden Seiten im Schulbuch. Es werden keine Lerninhalte aufgenommen, die noch nicht behandelt wurden. Dies dient den Schülerinnen und Schülern noch einmal zur Wiederholung der Inhalte mit Hilfe einer alternativen Quelle.

- Virtueller Besuch des Deutschen Museums (alle Stufen): <https://digital.deutsches-museum.de/virtuell/>

Das Deutsche Museum bietet virtuelle Rundgänge in den Abteilungen Raumfahrt, Luftfahrt und Schifffahrt an. Diese sind geführt und mit einem Audioguide begleitet. Die einzelnen Abteilungen werden zusätzlich unterteilt (z.B. Raumfahrt: Planeten, Kopernikus, ...). Hier finden die Schülerinnen und Schüler ein sehr schönes Angebot, das in den nächsten Tagen weiter ausgebaut wird. Die Lehrkraft kann ggf. auch auf entsprechende Führungen gezielt verweisen.

- Mediatheken (alle Stufen, über den Fachlehrer): z.B. <https://fwu.de/>

Die Lehrkraft kann ggf. einen sinnvollen ergänzenden, vorher gesichteten, Film per Link aus der FWU-Mediathek bzw. der Mediathek des BR den Schülerinnen und Schülern zugänglich machen.

Unter- und Mittelstufe:*Links und digitale Angebote:*

- Heimexperimente (Unter- und Mittelstufe): z.B. <https://www.physik-im-advent.de/calendar>

Interessierte Schülerinnen und Schüler können die Heimexperimente, die inklusive Anleitung und Lösung als Video hinterlegt sind, durchführen. **Die Physiklehrkraft weist dabei auf geeignete Experimente hin.** Es werden nur Experimente empfohlen, die mit den üblichen Mitteln durchgeführt werden können und natürlich völlig ungefährlich sind. Die Lehrkraft kann ggf. auf eine andere geeignete Internetplattform verweisen, wobei dies immer zunächst in Absprache mit der Fachleitung geschieht. In keinem der Fälle wird eine Anmeldung mit persönlichen Daten nötig sein!

Ab Jahrgangsstufe 8:

Das kannst Du ohne PC tun:

- Buchtipp:
„Komisch, alles chemisch!: Handys, Kaffee, Emotionen – wie man mit Chemie wirklich alles erklären kann“
Amüsante Lektüre, auch als e-Buch und Hörbuch erhältlich. Die Autorin Dr. Mai Thi Nguyen-Kim hat auch den sehr guten YouTube-Channel „musstewissen chemie“ mit flott gemachten Lernvideos.

Links und digitale Angebote:

- Chemische Versuchsapparaturen am Computer zusammenbauen mit der kostenlosen Website chemix.org. Baue zum Beispiel eine Destillationsapparatur mit Liebig-Kühlrohr zusammen! Die kostenlose Basisversion ist völlig ausreichend, auch wenn zurzeit die Full-Access-Version für 31 Tage kostenlos ist.
- Auf der Website <https://learningapps.org/> befinden sich in großer Zahl digitale Online-Lernspiele für alle Schulfächer. Die Chemie-Learningapps befinden sich unter <https://learningapps.org/index.php?category=12&s=> . Sie sind dort noch einmal thematisch geordnet (z. B. „Atommodelle“, „Salze“ usw.).
- Anleitungen für einfache Experimente, die man zu Hause machen kann:
<https://www.geo.de/geolino/basteln/15225-thma-experimente>
 - Versuche mit Salz: <https://www.geo.de/geolino/basteln/22280-rtkl-chemie-experimente-mit-salz-drei-versuche-fuer-zu-hause>
 - Bau dir eine Zitronenbatterie: <https://www.geo.de/geolino/basteln/10782-rtkl-strom-experimente-mit-strom>

Ab Jahrgangsstufe 9:

Links und digitale Angebote:

- Lernprogramm Redoxreaktionen (ab Jahrgangsstufe 9): <http://www.willstaetter-gymnasium.de/faecher/chemie/lernprogramm-redox.html> Lade die Präsentation unter der genannten Adresse runter und übe das Erstellen von Redoxreaktionen.
- Podcasts „Faszination Chemie“ vom WACKER AUDIOMAGAZIN. Interessante Informationen zu aktuellen chemischen Themen, thematisch sortiert (z. B. Construction, food, health)

<https://www.wacker.com/cms/de-de/about-wacker/press-and-media/podcast-center/all-topics/overview.html>

Ab Jahrgangsstufe 10:

Das kannst Du ohne PC tun:

- Buchtipp:
„*Factfulness – wie wir lernen, die Welt so zu sehen, wie sie wirklich ist*“: Recht aktueller und sehr empfehlenswerter Bestseller von Hans Rosling.
„*Es wird alles immer schlimmer, eine schreckliche Nachricht jagt die andere: Die Reichen werden reicher, die Armen ärmer. Es gibt immer mehr Kriege, Gewaltverbrechen, Naturkatastrophen. Viele Menschen tragen solche beängstigenden Bilder im Kopf. Doch sie liegen damit grundfalsch.*“ Im Buch wird anhand von Fakten erklärt, warum das so ist.“

Links und digitale Angebote:

- Lerne das Zeichnen von Molekülformeln mit dem semiprofessionellen Programm **ChemSketch** (Download unter https://www.chip.de/downloads/ChemSketch_36574377.html). Das Programm ist bereits in der kostenlosen Download-Version sehr anspruchsvoll. Empfehlenswert ist das Erlernen der Grundfunktionen mit Online-Tutorials (z. B. https://www.youtube.com/watch?v=-3qMkBd_3_w). Oder bitte deinen Chemie-Lehrer um Hilfe.

Allgemein:

Das kannst Du ohne PC tun:

- Kochen und Backen
- Beim täglichen Spaziergang mit Handschuhen einfach eine Tüte mitnehmen und Müll aufheben.

Unterstufe:

Das kannst Du ohne PC tun:

- Kressesamen kaufen, anpflanzen, Beobachtungen täglich kurz dokumentieren (auch mit anderen evtl. vorhandenen Pflanzensamen auf dem Balkon möglich)
- Herbarium (=Pflanzensammlung) anlegen: Anleitung wird über Fachlehrer per mebis bereitgestellt

Links und digitale Angebote:

- „**Experimente antworten**“: Experimente mit Schokolade für zu Hause mit Wettbewerb, Anbieter Kultusministerium Bayern; Link: <https://www.km.bayern.de/schueler/meldung/53/freude-am-experimentieren-landeswettbewerb-experimente-antworten.html>

Mittelstufe:

Das kannst Du ohne PC tun:

- Upcycling-Projekte: Herstellung nützlicher Gegenstände aus alten Dingen oder Müll (Milchkartons, Dosen etc.); Die Anleitungen werden auf mebis von den Fachlehrern zur Verfügung gestellt.
- Nistkästen bauen: <https://www.nabu.de/tiere-und-pflanzen/voegel/helfen/nistkaesten/index.html>

Links und digitale Angebote:

- Bisa100: Spielerisches Projekt zur Verbesserung der Artenkenntnis (<https://www.bisa100.de/>)

Allgemein:

Links und digitale Angebote:

- Diercke Weltatlas digital auf <https://diercke.westermann.de/digital>
 - alle Karten des aktuellen Diercke Weltatlas 2015 (kostenlos ohne Registrierung)
- Youtube-Kanäle (kostenlose Angebote - z.T. kommerzielle Anbieter)
 - Simpleclub - Geographie <https://www.youtube.com/user/TheSimpleGeography>
 - National Geographic <https://www.youtube.com/channel/UCpVm7bg6pXKo1Pr6k5kxG9A>
 - Deutsches Museum <https://www.youtube.com/user/DeutschesMuseum>

Unterstufe:

Links und digitale Angebote:

- geographische Webseiten (Informationen, Spiele und Quizze)
 - <https://www.geo.de/geolino>
 - <https://world-geography-games.com/de/index.html>
 - <https://www.toporopa.eu/de/>
 - <http://www.geographie-spiele.com/>
 - <http://www.landkartenindex.de/games/>
- Lerngeschichten auf www.geospektiv.de (mit Satellitenbildern): spannende Module, z.B. Wattenmeer, Hochwasser in Deutschland (Gastzugriff wählen)
- FWU-Filme (Lizenzen über Homepage <http://www.asg.musin.de/files/inhalt/aktuelles/FWU-Lizenzen.pdf>): Stichwortsuche (z.B. Spuren der Eiszeit, Klima in Europa, Landwirtschaft in Spanien)

Mittelstufe:

Links und digitale Angebote:

- geographische Webseiten (Informationen, Spiele und Quizze)
 - <http://geo.geolino.de>
 - <http://quiz-geographie.de/>
 - <http://www.toporopa.eu/de.html>
 - <http://www.geographie-spiele.com/>
 - <http://www.landkartenindex.de/games/>
- Lerngeschichten auf www.geospektiv.de (mit Satellitenbildern): spannende Module, z.B.: Vulkanismus, Tsunamis, Regenwald (Gastzugriff wählen)

- FwU-Filme (Lizenzen über Homepage www.asg.musin.de): Stichwortsuche (z.B. Südafrika, Erdöl und Erdgas aus Sibirien, New York)
- Virtueller Ausflug ins Museum (digital und kostenlos)
 - Deutsches Museum <https://digital.deutsches-museum.de/virtuell/>
kostenloser Rundgang inklusive Audiotour (z.B. zum Thema Schifffahrt)
 - 500 Museen aus aller Welt, die Onlineausstellungen zur Verfügung stellen
<https://artsandculture.google.com/partner?hl=en>
- Angebote des öffentlichen Rundfunks (Oberstufe)
 - ARTE: „Mit offenen Karten“ <https://www.arte.tv/de/videos/RC-014036/mit-offenen-karten/>
 - Das Erste: „Weltspiegel“ - Sektion „Reportagen“
<https://www.daserste.de/information/politik-weltgeschehen/weltspiegel/videos/>
 - ZDF: „Auslandsjournal“ <https://www.zdf.de/politik/auslandsjournal>

Oberstufe:

Links und digitale Angebote:

- Lerngeschichten auf www.geospektiv.de (mit Satellitenbildern): spannende Module, z.B.: Vulkanismus, Tsunamis, Regenwald (Gastzugriff wählen)
- FwU-Filme (Lizenzen über Homepage www.asg.musin.de): Stichwortsuche (z.B. Ressource Wasser, Der Rhein – Strom in Europa)
- Virtueller Ausflug ins Museum (digital und kostenlos)
 - Deutsches Museum <https://digital.deutsches-museum.de/virtuell/>
kostenloser Rundgang inklusive Audiotour (z.B. zum Thema Schifffahrt)
 - 500 Museen aus aller Welt, die Onlineausstellungen zur Verfügung stellen
<https://artsandculture.google.com/partner?hl=en>
- Angebote des öffentlichen Rundfunks (Oberstufe)
 - ARTE: „Mit offenen Karten“ <https://www.arte.tv/de/videos/RC-014036/mit-offenen-karten/>
 - Das Erste: „Weltspiegel“ - Sektion „Reportagen“
<https://www.daserste.de/information/politik-weltgeschehen/weltspiegel/videos/>
 - ZDF: „Auslandsjournal“ <https://www.zdf.de/politik/auslandsjournal>

Allgemein:

Ferienlektüre

Die Stadtbibliothek München hat ihre digitalen Türen geöffnet, das heißt für 3 Monate ist die Online-Leihe umsonst und die Schüler können unter zahlreichen E-Books wählen.

<https://www.muenchner-stadtbibliothek.de/>

Die grundlegenden Daten und Begriffe können wiederholt werden

<https://www.historisches-forum.bayern.de/lehrplanplus-geschichte/gymnasium/>

Unterstufe:

Klasse 6

Ferienlektüre - Antike

Asterix - kritisch lesen, Fakten überprüfen, Handlung geographisch verorten
- ausführliche Anregungen dazu auf MEBIS!

Henry Winterfeld: Caius, der Lausbub aus dem alten Rom

Klasse 7

Schulfernsehen von SWR/WDR

Das Mittelalter-Experiment: <https://www.planet-schule.de/sf/filme-online.php?reihe=1344>

Die Stadt im späten Mittelalter: <https://www.planet-schule.de/sf/filme-online.php?reihe=461>

Mittelalterquiz

<https://www.geo.de/geolino/wissen/14449-thema-mittelalter>

<https://www.geo.de/geolino/quiz-ecke/14340-quiz-quiz-leben-im-mittelalter>

Virtuelle Rundgänge

Deutsches Museum z.B. zur Geschichte der Schifffahrt (u.a. auch zu Kolumbus)

<https://www.deutsches-museum.de/ausstellungen/verkehr/schifffahrt/geschichte/>

Virtuelle Rundgänge durch die Schlösser Bayerns <https://www.schloesser.bayern.de/deutsch/service/bayern3d/index.htm>

Mittelstufe:

Klasse 8

Ferienlektüre - Industrielle Revolution

Charles Dickens: Oliver Twist

Podcasts „Eine Stunde History“ (Deutschlandfunk Nova): Warenhäuser - Die Gründung der Leonhard Tietz AG

<https://www.ardaudiothek.de/eine-stunde-history/warenaeuser-die-gruendung-der-leonhard-tietz-ag/65979868>

Schulfernsehen/FWU Sequenz 1 und 2 des FWU Videos „Reichsgründung und Deutsches Kaiserreich“ <https://www.fwu-mediathek.de/record?id=xfwu-5521296&src=online&pid=gim0su5np6748e7jba77mfijf6>

Bismarck und das deutsche Reich (Eine Dokumentation der Reihe „Die Deutschen“ von ZDF)

<https://www.zdf.de/dokumentation/die-deutschen/bismarck-und-das-deutsche-reich-100.html>

Klasse 9

Podcasts (z.B. Spotify)

Oma erzählt vom Krieg (von Jessica Wagener)

Wie war das im Osten? (ZeitONLINE)

Eine Stunde History (Deutschlandfunk Nova)

Klasse 10

Digitale Plakatausstellung „Umbruch Ost. Lebenswelten im Wandel“

<https://www.umbruch-ost.de/didaktik.html>

Quiz zur deutschen Einheit <https://deutsche-einheit-1990.de>

Oberstufe:

Klasse 11

Schulfernsehen Dokumentation über die Krankenmorde während des Nationalsozialismus

<https://www.planet-wissen.de/video-euthanasie-im-dritten-reich-100.html>

Jüdischer Widerstand gegen den Holocaust

<https://www.bpb.de/geschichte/nationalsozialismus/geheimsache-ghettofilm/172547/video-geschichte-des-warschauer-ghettos> (Film/Dokumentation)

Erinnerung an Auschwitz <https://www.ardmedia->

[thek.de/ndr/player/Y3JpZDovL25kci5kZS82NWl4MjRmYS0xYTU4LTQ3YzUtO-GJjMC1hMGI0YTUzNDY5OGI/7-tage-auschwitz](https://www.ardmedia-thek.de/ndr/player/Y3JpZDovL25kci5kZS82NWl4MjRmYS0xYTU4LTQ3YzUtO-GJjMC1hMGI0YTUzNDY5OGI/7-tage-auschwitz)

Texte zur Vertiefung

Jüdischer Widerstand

<https://www.tagesspiegel.de/wissen/juedischer-widerstand-im-ns-sie-kaempften-ums- ueberleben/8047022-all.html>

https://www.deutschlandfunk.de/aufstand-im-warschauer-ghetto-symbol-des- juedischen.724.de.html?dram:article_id=415723

Klasse 12

Ferienlektüre

Ben Kane: Kampf der Adler

Sebastian Fleming: Arminius

Erarbeite aus den historischen Romanen das Geschichtsbild und vergleiche es mit Deinem Wissen um Geschichtskonstruktionen und den Arminius-Mythos!

Schulfernsehen

Kalter Krieg

<https://www.br.de/mediathek/video/kuba-vs-usa-geschichte-einer-feindschaft-av:5db9e2ff19a170001ad51129>

Oberstufe inklusive 10. Klasse:

Das kannst Du ohne PC tun:

- Politisches Brettspiel zum Thema Föderalismus
Das Brettspiel „Wer macht was und warum? Das Föderalismusbrettspiel“ (ab 14 Jahren) ist beziehbar über die Landeszentrale für politische Bildung in Bayern unter dem Link www.bestellen.bayern.de/ (4,00 €)

Links und digitale Angebote:

- Tages- und Wochenzeitung (analog oder online), z. B.
 - <http://www.sueddeutsche.de/> (Süddeutsche Zeitung)
 - <http://www.faz.net/aktuell> (Frankfurter Allgemeine Zeitung)
 - <http://www.zeit.de/index> (Die Zeit)
 - <https://www.eurotopics.net/de/> (Eurotopics)
Die Redaktion von Eurotopics wertet täglich die Tagespresse von 32 europäischen Ländern aus und informiert über aktuelle europäische Debatten. Zudem gibt das Portal einen Überblick über die Medienlandschaften in Europa (inklusive Auflagenzahl und politischer Ausrichtung).
- Jugendmagazine, z. B.
 - <http://www.fluter.de/> (BpB)
 - <https://ze.tt/> bzw. <https://www.instagram.com/zett/> (Die Zeit)
- Medienkompetenz fördern, z. B.
 - <http://www.br.de/sogehmedien/index.html> (BR)
Das Bildungsangebot „So geht Medien“ klärt zum Beispiel über Fake News, Urheberrecht oder die Entstehung von Nachrichten auf.
 - <https://no-hate-speech.de/>
„No-Hate-Speech.de“ ist eine Initiative gegen Hass im Netz: Die Seite liefert umfangreiche Informationen, rechtliche Hintergründe und Tipps zum Umgang mit Beleidigungen. Daneben wird ein humorvoller Umgang mit der Thematik angeregt, beispielsweise mit witzigen Gifs und Memes sowie mit Videoclips. (initiiert von der EU-Kommission ab 14 Jahren)
- Demokratiekompetenz stärken, z. B.
 - www.youtube.com/playlist?list=PLnQD8S3ip13wdNtluAm4F0ID1Vc81U8CB
"RESPEKT" ist ein multimediales Format mit Reportagen und Erklärvideos rund um das Thema Demokratie, Grund- und Menschenrechte und gegen Vorurteile (BR apha)
- Zeitgeschehen, Politik und Meinung
 - <https://www.youtube.com/user/MrWissen2go>
Mirko Drotschmann erklärt auf „MrWissen2go“ all das, was man in den Nachrichten nie so ganz versteht: Was ist los in Syrien? Ist die EU am Ende? ... Die Fragen beantwortet er so objektiv und neutral wie möglich – aber wenn es sein muss, dann auch mal mit (gekennzeichnete) Meinung. So macht Mirko Drotschmann alle zu Profis in den Themen Politik und Geschichte. (funk ist ein Online-Medien-Angebot von ARD und ZDF, ab 14 Jahren)
 - <https://www.bpb.de/lernen/digitale-bildung/306590/die-politikstunde>
Die Politikstunde vermittelt Themen rund um Politik, Gesellschafts- und Wirtschaft. Das Politikvermittlungsangebot steht immer ab 11:00 Uhr des jeweiligen Tages bereit, dauert 45 Minuten und kann jederzeit nochmals nachgesehen werden.

Allgemein:

Es gibt im Moment viele wirtschaftliche und rechtliche Entwicklungen, die Privatpersonen, Unternehmen, den Staat und die Gesellschaft vor große Herausforderungen stellen.

Im Folgenden findest du einige Schwerpunkte, anhand derer du bestimmte Fragestellungen in den Medien, vor allem in der Tagespresse, verfolgen und dir deine eigene Meinung bilden kannst. Dafür kannst du sowohl die Printversionen als auch die digitalen Ausgaben

Die Informationen kannst du dir entweder über die Printversionen oder über digitale Ausgaben verschaffen.

Jahrgangsstufen 9 - 11

Thema 1:

Die Wirtschaft ist abhängig vom Konsum – was passiert, wenn dieser nur noch sehr eingeschränkt stattfinden kann? Welche Wege findet der Staat, wie verhalten sich Unternehmen und auch Privatpersonen?

Thema 2:

Viele lokale Geschäfte sind davon abhängig, dass Menschen bei ihnen einkaufen – Buchhandlungen, Restaurants, Cafés, Boutiquen.

Welche Möglichkeiten haben die Einzelhändler und auch ihre Kunden, sich in der neuen Situation zurechtzufinden?

Thema 3:

Der Sportartikelhersteller Adidas und weitere große Unternehmen haben angekündigt, die Mieten für ihre Ladengeschäfte derzeit nicht mehr zu zahlen. Die Möglichkeit dazu gibt ein neues Corona-Gesetz: „Mietern darf demnach nicht gekündigt werden, wenn sie vom 1. April bis 30. Juni ‚vorübergehend die fälligen Mieten nicht fristgerecht zahlen können‘. Dazu müssen sie nur ‚glaubhaft‘ machen, von den Folgen des Coronavirus finanziell betroffen zu sein. Explizit heißt es, die behördliche Schließung von Läden sei ein solcher Grund.“

Beschäftige dich / Beschäftigen Sie sich mit der Wichtigkeit des Images und der Außenwirkung eines Unternehmens. Kläre die Fakten und verfolge die Berichterstattung darüber. Was ist deine Meinung/ Ihre Meinung zum Verhalten des Sportartikelherstellers und zur Berichterstattung darüber?

Jahrgangsstufen 10 - 11

Thema 4:

Eine Funktion des Rechts ist die Schutzfunktion – das gilt auch dahin gehend, dass der Staat die Bürger schützt. In der Corona-Krise geht es um die Gesundheit und in letzter Konsequenz auch um das Leben von vielen Menschen. (Die rechtlichen Grundlagen für die getroffenen Maßnahmen finden sich zum Beispiel im Seuchenschutzgesetz).

Verfolgen Sie in den Medien die Diskussion im Spannungsfeld zwischen der Schutzfunktion, Freiheitsrechten und – auch bald – Datenschutz.

Thema 5:

Das bedingungslose Grundeinkommen – ein Vorschlag, der durch die Corona-Krise und die damit verbundenen Einkommensverlust für viele kleine Einzelunternehmer und Selbstständige wieder an Bedeutung gewinnen könnte.

Mach Sie sich schlau zum Thema ‚Bedingungsloses Grundeinkommen‘ und verfolgen Sie, ob das Thema in den Medien (hier vor allem in Zeitungen und Wochenzeitschriften) wieder aufgegriffen wird. Wie sehen Sie das?

Für diejenigen, die sich mit einem dieser Themen beschäftigen gibt es nach den Ferien im Fach Wirtschaft und Recht Zeit, darüber zusammenfassend zu berichten und auch zu diskutieren.

Links und digitale Angebote:

Für die Jahrgangsstufe 9:

YouTube-Kanal ‚Jugend und Finanzen‘ (https://www.youtube.com/channel/UCnAvX05VPqB9GGm9n_Qqctg)

Allgemein:

- **das tägliche „Balkonsingen“ um 19 Uhr:**

Täglich um 19 Uhr lädt die Evangelische Kirche alle Menschen ein, gemeinsam „Der Mond ist aufgegangen“ zu singen oder zu musizieren – jeder und jede auf seinem Balkon oder im Garten. Denn Singen verbindet und tut gut. (vgl. <https://www.ekd.de/aufruf-balkonsingen-der-mond-ist-aufgegangen-54077.htm>)

- **die offenen Kirchen und online-Angebote nutzen**

Es ist nicht alles abgesagt. Der Himmel ist nicht abgesagt. Das Gebet ist nicht abgesagt. Eine offene Kirchentür lädt ein ...

Und auch digital bzw. über Funk und Fernsehen gibt es viele Angebote.

Eine prägnante Zusammenstellung findet sich z. B. auf der Seite der Luther-Kirche München Giesing: <https://www.lutherkirche-muenchen.de/>

- **im Buch der Bücher lesen**

»Sei getrost und unverzagt. Lass dir nicht grauen und entsetze dich nicht; denn der HERR, dein Gott, ist mit dir in allem, was du tun wirst.« (Jos 1,9)

»Frieden lasse ich euch, meinen Frieden gebe ich euch. Nicht gebe ich euch, wie die Welt gibt. Euer Herz erschrecke nicht und fürchte sich nicht.« (Joh 14,27)

- und (eigentlich überflüssig zu erwähnen) **sich Zeit für andere nehmen**

... mit Telefon bzw. Videochat ... für nahe und fernere Verwandte, für Freundinnen und Freunde, die man länger nicht mehr gesprochen hat, und für die Familie ...

Allgemein:

Das kannst Du ohne PC tun:

- ein gemeinsamer Spaziergang im Kreise der Familie in eine naheliegende Kirche; die Kirchen sind zum Besuch und zum persönlichen Gebet geöffnet

Links und digitale Angebote:

- weitere Angebote für Jugendliche:
 - <https://www.heaven-on-line.de>
 - <https://www.taize.fr/de>
überträgt jeden Tag um 20.30 Uhr live das Abendgebet
- Für Familien mit Kindern:
 - <https://www.erzbistum-muenchen.de/kinder>
 - <https://www.erzbistum-muenchen.de/familie/gebete-fuer-familien>
- Unsere Nachbargemeinde vom Pfarrverband Obergiesing, www.hl-kreuz-giesing.de bietet tägliche Videobotschaften und spirituelle Medien zum Ansehen und Anhören an. So gibt es täglich um 12.00 Uhr einen Mittagsimpuls und z.B. einen Familien-Blog mit Ideen und Anregungen für die ganze Familie.
Außerdem besteht die Möglichkeit eines direkten Chats mit dem Seelsorge-Team des Pfarrverbands. Sollte kein Seelsorger aktuell verfügbar sein, werden diese über Ihr Anliegen benachrichtigt und melden sich umgehend zurück

Allgemein:

Ganz unabhängig von der Altersstufe – versucht euch, in den Ferien eure Zeit so schön wie möglich zu gestalten! Dazu gehört,

- Jeden Tag an die frische Luft zu gehen und euch am besten dort zu bewegen (→ *Tipps eurer Sportlehrer!*)
- Euch Zeit für euch selbst zu nehmen, z. B. mit eurem Lieblingsbuch oder indem ihr euch 10 Minuten hinsetzt und ein **Tagebuch** schreibt (→ *Tipps zum Tagebuch schreiben für die Unterstufe von Frau Sindilariu*)
- Zeit mit eurer Familie verbringt – dazu gehört gemeinsames Kochen, Musik machen und vor allem **Spiele** (→ *Spieltipps für die Unterstufe!*)

Eine philosophische Aufgabe für jede Altersstufe:

Was bedeutet Freiheit?

- Nimm dafür ein großes Blatt, am besten mindestens in DIN A3
- Schreibe das Wort Freiheit groß in die Mitte
- Hänge es gut sichtbar auf, z. B. an einer Zimmertür
- Jedes Mal, wenn dir etwas zu diesem Begriff einfällt, nimm einen Stift und notiere deine Gedanken auf dem Blatt.

⇒ **Gestalte es, wie du es möchtest, z. B.**

- als Mind-Map
- mit einzelnen Schlagworten
- in Form von „Tagebuch-Einträgen“
- ausformulierten Texten etc.
- Man auch anderes einbauen wie: Zitate, Bilder, Witze, Memes,

Vielleicht haben auch die anderen Familienmitglieder Lust zum Mitmachen!

Unterstufe:

Buch-/Film/Hörspieltipps!

Zum (gemeinsamem) Spielen, Lesen, Anhören oder Ansehen hier noch ein paar Empfehlungen – ihr könnt euch dazu gerne natürlich Anregungen aus anderen Jahrgangsstufen ansehen!

Unterstufe

Tipps zum Ausprobieren neuer Spiele

- Ethikbuch 5. Klasse, S. 81-84: Hier findet ihr viele neue Spiele aus anderen Ländern!
- Ethikbuch 5. Klasse S. 101: Hier findet ihr Tipps, um ein eigenes Spiel zu entwickeln!
- Spiele aus aller Welt: <https://www.kika.de/mouk-der-weltreisebaer/spieldeen108.html>



Filmtipps zur Stimmungsaufhellung und/oder zum Nachdenken

- Little Miss Sunshine (*Familie, Zusammenhalt, eigene Träume verwirklichen*)
- Ziemlich beste Freunde (*Freundschaft*)
- Wunder (*Familie, Freundschaft, Schule, Kindheit/Kinder, Behinderung*)
- Als Hitler das rosa Kaninchen stahl (*Flucht, Zuhause, Familie, Nationalsozialismus*)
- 2040 – Wir retten die Welt (*Klimawandel, Zukunftsvisionen, Demokratie*)

⇒ **Tipp: Ein Tagebuch führen**

Ein Tagebuch zu führen kommt in verschiedenen Kinder- und Jugendromanen vor. Ein Beispiel dafür, das du vielleicht kennst, ist Gregs Tagebuch.

Aktuell erleben wir sehr schwierige und herausfordernde Zeiten. Wir sehen uns nicht mehr täglich in der Schule, wir dürfen uns nicht mehr mit unseren Freunden treffen und wenn wir hinaus gehen, dürfen wir nur noch mit der engsten Familie unterwegs sein und Vieles mehr.

In diesen Tagen erlebst du bestimmt außergewöhnliche Dinge, selbst wenn sie dir zunächst nicht besonders erscheinen. Manches ist anstrengend, manches witzig, manches vielleicht auch traurig. Es kann dir aber auch passieren, dass du die Dinge im Nachhinein ganz anders siehst. Das kannst du aber erst beurteilen, wenn du sie aufgeschrieben hast. Deshalb ist das eine gute Gelegenheit, mit dem Schreiben eines Tagebuches zu beginnen. Damit wirst du dich nicht nur immer wieder an die Zeit der Schulschließung erinnern können, es hilft dir vielleicht auch, diese schwierigen Tage besser zu bewältigen.

Der Anfang ist vielleicht etwas schwierig für dich, weil du es nicht gewohnt bist, regelmäßig zu schreiben. Darum solltest du die Aufgabe nicht zu umfangreich gestalten. **Beginne mit 5-6 Zeilen einmal in der Woche oder einmal am Tag.** Wie, wo und worüber du schreibst, ist dir völlig freigestellt.

Nun folgen einige Tipps für eine erfolgreiche Umsetzung:

Die Schwierigste Frage zuerst: Worüber soll man nur Schreiben?!?

- Erlebnis Freizeit Gesundheit
- Schule und Mebis
- Eltern, Freund / Freundin
- Vorlieben, Wünsche und Ängste
- Ausgangsbeschränkung Sport in aktueller Situation Erwartungen
- Ärger, Stärken / Schwächen, Gefühle
- Pläne, Vorhaben, Träume, Hobbys, Geheimnisse...

Mittelstufe:

Als Buch, Hörbuch oder Film:

- Simple (*Behinderung, Familie, Verantwortung, Diskriminierung, Gesellschaft, Selbstbestimmung*)
- Tschick (*Erwachsenwerden, Suche nach Identität, Abenteuer, Außenseiter, Freundschaft, Liebe, Familie, Wehmut, Freiheit, Rebellion, Naturerfahrung, Sexualität*)
- Das Schicksal ist ein mieser Verräter (*Liebe, Freundschaft, Tod, Krankheit*)

Thematisch passende Filmtipps zum Nachdenken oder zur Stimmungsaufhellung:

- Little Miss Sunshine (*Familie, Zusammenhalt, eigene Träume verwirklichen*)
- Love Simon (*Homosexualität, sexuelle Identität, Familie, Freundschaft, Liebe, soziale Medien*)
- Wunder (*Familie, Freundschaft, Schule, Kindheit/Kinder, Behinderung*)

- 10 Millionen – Werden wir alle satt? (*Ernährung, Ökologie, Globalisierung, Technik/neue Technologien, Verantwortung, Gerechtigkeit, Wissenschaft, Natur, Klimawandel*)
- Die Welle (*v.a. in der 8. Klasse passend zur Lektüre!*)

Hörspiele:

Zur Ermunterung in der aktuellen Zeit:



Glück up your life (Von Simon Kamphans)

Was brauche ich zum Glücklichsein? Gibt es Regeln des Glücks? Und was passiert, wenn ich sie tatsächlich einhalte?

<https://www1.wdr.de/radio/wdr3/programm/sendungen/wdr3-hoerspiel/gluecks-ratgeber-selbsexperiment-100.html>

The Matrix (Was ist Wirklichkeit, v.a. 10. Klasse)

Oberstufe:

Hörspiele:

Thematisch passend zum Q12-Stoff, aber auch zur Ermunterung in der aktuellen Zeit:

Glück up your life (Von Simon Kamphans)



Was brauche ich zum Glücklichsein? Gibt es Regeln des Glücks? Und was passiert, wenn ich sie tatsächlich einhalte?

<https://www1.wdr.de/radio/wdr3/programm/sendungen/wdr3-hoerspiel/gluecks-ratgeber-selbsexperiment-100.html>

Weniger erheiternd, dafür thematisch umso passender:

»Die Pest« von Albert Camus ist das Buch der Stunde. In den Buchhandlungen ist es ausverkauft, der Rowohlt Verlag druckt gerade die 90. Auflage. Das literaturcafe.de präsentiert »Die Pest« nun als zehnteilige Live-Lesung via YouTube. **Bis zum 10. April 2020, täglich von 10 bis 11 Uhr morgens** liest Wolfgang Tischer an dieser Stelle den Roman von Albert Camus. **Tagsüber ist die jeweilige Folge noch online.**



Mit täglicher Zusammenfassung für Neueinsteiger!

<https://www.literaturcafe.de/die-pest-albert-camus-live/>

Filmtipps / Buchtipps zu den Themen der Oberstufe:

- 7 Leben (Utilitarismus, Angewandte Ethik)
- Gattaca (Bioethik)
- Der Fall Collini (Recht vs. Gerechtigkeit?)
- 1984 (Überwachung, Sicherheit vs. Freiheit, politische Ethik)
- Schöne neue Welt (Überwachung, Sicherheit vs. Freiheit, politische Ethik)
- Das Leben ist schön (Nationalsozialismus, Lebenssinn)

Und eher etwas Leichteres zur Aufheiterung und Aufklärung!

- Sex Education (FSK 16 Jahre)

Allgemein:

Das kannst Du ohne PC tun:

Schulwettbewerb für alle Altersstufen.

Diese verrückten Zeiten sorgen dafür, dass ganz viele Menschen unglaublich kreativ sind und ihre guten Ideen über das Internet verbreiten. Wahrscheinlich bekommt Ihr auch ständig lustige, aufbauende Statements und Filmchen übers Internet zugeschickt. Ich finde, das hilft wirklich über diese Corona-Krise besser hinweg zu kommen.

Nun findet man über Instagram eine Unmenge an Fotografien, auf denen Kunstwerke aus der Kunstgeschichte nachgestellt wurden. Das war schon im 19. Jahrhundert ein beliebtes Gesellschaftsspiel, ganz ohne Foto oder Internet.

Schaut Euch die Beispiele über folgende Adresse mal an: www.instagram.com/tussenkunstenquarantaine

Echt lustig und originell!



Nun erstellt selbst ein Foto, allein oder mit Euren Eltern und/oder Geschwistern, auf dem ihr ein Kunstwerk nachstellt. Sucht Euch entsprechende Requisiten. Sehr witzig, fand ich z. B. einen Kragen aus Klopapierrollen. Natürlich müsst Ihr ein bisschen improvisieren. Aber achtet nicht nur auf die Kleidung,

Kopfbedeckung oder das Ambiente, sondern auch auf die richtige Körperhaltung oder den Gesichtsausdruck der Person/en, die auf dem Bild abgebildet ist/sind. Auch der Hintergrund wäre hierbei zu beachten. Diesen könnt mit Objekten nachstellen oder auf einen Bildträger zeichnen und malen; wie eine Art Kulisse, vor der Ihr euer Foto aufnehmen könnt.

Unterstufe:

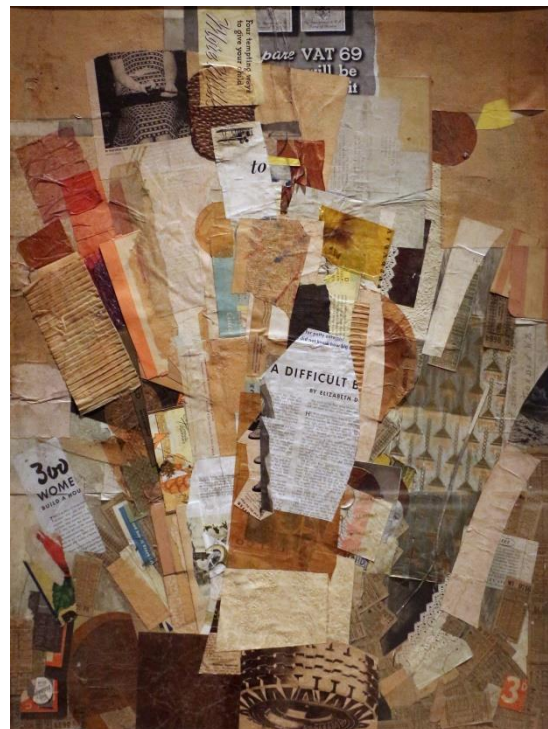
So kannst Du ohne PC arbeiten:

- „Mein Minimuseum“
Baut euch euer Minimuseum. Nehmt dafür einen Karton, z.B. Schuhkarton oder einen sonstigen Karton, was ihr eben gerade zur Verfügung habt. Das kann auch so ein kleiner Teebeutel-Karton sein, den man sonst wegwerfen würde.
Wenn es ein Minimuseum für Malerei ist, dann malt ihr eben kleine Kunstwerke und klebt sie in euren Karton. Gerne darf man natürlich auch die Wände vorher anmalen oder bekleben mit buntem Papier.
Eurer Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.
Denk auch daran das Äußere zu gestalten und Türen einzubauen.

Mittelstufe:

Das kannst Du ohne PC tun:

- „Fantastische Landschaft“
Sammelt bei einem Spaziergang ein paar Blätter. Legt dann zuhause ein weisses nicht zu dickes Blatt Papier darüber und schraffiert mit einem Bleistift darüber. Jetzt sollte man die Textur des Blattes sehen. Lasst eine Landschaft entstehen indem ihr viele verschiedene Untergründe verwendet.
- „Collage à la Kurt Schwitters“
aus einer Sammlung an Papierschnipseln, Zeitungsausschnitten, Fahr- Eintritts-, Theater-, Kinokarten etc.



Kurt Schwitters war ein Dadaist. Dada war eine Kunstrichtung, die während des 1. Weltkriegs als Protestbewegung gegen die Unsinnigkeit des Krieges entstanden ist. Man wollte das Kunstpublikum durch kaum verständliche, unlogische, ja sinnfreie Kunst provozieren und verunsichern, aber vor allem darauf aufmerksam machen, dass wenn es die Sinnlosigkeit des Krieges klaglos akzeptiere, dann auch eine sinnfreie Kunst akzeptieren müsse.

Eine Methode von Schwitters, solche sinnfreien Kunstwerke zu schaffen war, dass er alle möglichen Papiere sammelte und daraus Collagen erstellte.

Natürlich hat er darauf geachtet (er war ja Künstler), dass seine Collagen harmonisch in der Farbgebung und dynamisch überkamen. So färbte er sie lasierend teilweise ein (lasierend = mit dünner, wässriger Farbschicht übermalen, so dass das Darunter noch durchschimmert) und arrangierte seine kleinen Papierstückchen so, als wären sie in Bewegung.

Probiert Eurerseits nun eine Collage im Sinne von Schwitters zu erstellen. Hinter Eurer Collage kann aber gerne ein Sinn stehen. Vielleicht illustriert sie Eure derzeitige Situation. Schaut mal, was Ihr aus Eurem Papierkorb alles herausklauben könnt.

Oberstufe:

Das kannst Du ohne PC tun:

- Legt ein Skizzenbuch an. Und zeichnet jeden Tag eine Zeichnung, Malerei hinein. Sozusagen ein gezeichnetes Tagebuch
Mit einem ähnlichen Projekt ist eine junge Künstlerin bekannt geworden. Charlotte Salomon (1917 -1943) Sie hat in einer viel, viel schlimmeren Zeit gelebt als wir heute In mehr als 1300 Bildern hat sie zwischen 1940 und 1943 ihr Leben erzählt. (siehe Wikipedia) Im KZ Auschwitz ist sie sechsundzwanzigjährig gestorben.



- Buchtipp: „Wenn Martha tanzt“ von Tom Saller – ein Roman, der die Geschichte des Bauhaus in Weimar aufnimmt und spannend aufgebaut ist.

Allgemein:

Klassik online

Staatsoper Berlin

<https://www.staatsoper-berlin.de/de/staatsoper/news/unser-taegliches-video-on-demand-programm-kostenlos-fuer-sie.142/>

BR-Klassik

Konzertvideo des Tages + Hörbiografien

<https://www.br-klassik.de/index.html>

Berliner Philharmoniker

30 Tage gratis <https://www.digitalconcerthall.com/de/home>

Hörempfehlungen

Jahrgangsstufe 5:

Mendelssohn: Hebriden Ouvertüre: <https://www.youtube.com/watch?v=MdQyN7MYSN8>

Evard Grieg: Peer Gynt Suite

- aus der Halle des Bergkönigs: <https://www.youtube.com/watch?v=Y9dzyLvvlRs>

- Morgenstimmung: <https://www.youtube.com/watch?v=mv4cx3C3SZ4>

6. Klasse

Vivaldi: Vier Jahreszeiten: <https://www.youtube.com/watch?v=124NoPUBDvA>

Frühling <https://www.youtube.com/watch?v=1G6doQH23NQ>

Sommer <https://www.youtube.com/watch?v=mwjKYrFyW2Q>

Jahrgangsstufe 7:

Gershwin Rhapsody in Blue (dirigiert von L. Bernstein): <https://www.youtube.com/watch?v=cH2PH0auTUU>

8. Klasse

Mozart: 41. Symphonie, „Jupiter“, KV 551

<https://youtu.be/6RbKWhr0o1c?t=32>

9. Klasse

Slawischer Marsch: <https://www.youtube.com/watch?v=5poSw7tFLB4>

10. Klasse

Die schönsten Opernarien: https://www.youtube.com/watch?v=C4ZfMxE_8Og&list=PLRqXuv0xPiWRifPC15QK6LzcTo6tbtIKR

Unterstufe:

Instrumente bauen

„Kawala“ Flöte

<https://www.youtube.com/watch?v=SWvqACFAJ8k>

„Saxophon“

<https://www.youtube.com/watch?v=7eeYynAVOmQ>

Make Beats Online

<https://drumbit.app>

Einführung:

<https://www.youtube.com/watch?v=doJoStKqTyE>

Mittelstufe:

Popmusik im kleinen Rahmen

NPR Tiny Desktop

<https://www.npr.org/series/tiny-desk-concerts/>

Oberstufe:

Leonard Bernstein - Young Peoples Concerts - ernste Musik unterhaltsam erklärt

[https://www.youtube.com/watch?](https://www.youtube.com/watch?v=rxwWlQNGeKE&list=PLyPLVV5ZP3toAOnj7OcvXN8vvoaQKFAzUY)

[v=rxwWlQNGeKE&list=PLyPLVV5ZP3toAOnj7OcvXN8vvoaQKFAzUY](https://www.youtube.com/watch?v=rxwWlQNGeKE&list=PLyPLVV5ZP3toAOnj7OcvXN8vvoaQKFAzUY)

Musik: Komponist Krzysztof Penderecki gestorben



dpa/Diego Azubel/epa/dpa Krzysztof Penderecki ist tot.

Seine Musik taucht in Filmen von Stanley Kubrick und Andrzej Wajda auf. Krzysztof Penderecki schrieb bis ins hohe Alter Werke und tourte mit internationalen Stars durch die Welt. Nun trauert nicht nur Polen um den brillanten Komponisten.

Bis ins hohe Alter sprudelten in seinem Kopf die Ideen für Musik. „Ich habe noch Arbeit für die nächsten 20 Jahre“, versicherte der Komponist Krzysztof Penderecki vor gar nicht allzu langer Zeit.

Doch nun ist Polens prominentester Tondichter der Gegenwart im Alter von 86 Jahren in Krakau (Krakow) gestorben, wie die Agentur PAP am Sonntag unter Berufung auf seine Ehefrau meldete. „Ich liebe es, unbekannte Wege zu gehen“, sagte er einmal über seine Arbeitsweise. Seine Musik hatte eine große Bandbreite, einen Favoriten herauszupicken, fiel ihm schwer. „Ich muss, nicht besonders bescheiden, zugeben, dass ich alle meine Werke liebe“, sagte er. „Es sind Stücke, die ich akzeptiert habe und die mir nahe sind“. Unwichtige Musik hingegen - die würde er gar nicht erst zu Ende schreiben.

Seine Werke widmete er den Opfern des deutschen Vernichtungslagers Auschwitz, des Atombombenangriffs auf Hiroshima und der Terroranschläge des 11. September 2001. Er schrieb für befreundete Star-Musiker wie den Violinisten Isaac Stern und den Cellisten Mstislaw Rostropowitsch. Auch in Filmen von Regisseuren wie Stanley Kubrick und Andrzej Wajda tauchen seine Kompositionen auf.

Mit der deutschen Violinistin Anne-Sophie Mutter verband ihn eine lange und intensive Künstlerfreundschaft, deren Ergebnis unter anderem in dem Album „Hommage à Penderecki“ festgehalten wurde. „Jedes Stück, das er für mich schrieb, hat mich herausgefordert und zutiefst bewegt“, teilte sie der Deutschen Presse-Agentur mit.

Die Star-Violinistin hob hervor, dass die tiefe Seele des Komponisten in jeder Note durchscheine, immer verbunden mit der Meisterschaft der Form. Das Violinkonzert mit dem Untertitel „Metamorphosen“ habe sie in der Zeit der Krankheit und des frühen Todes ihres Mannes, des Rechtsanwalts Detlef Wunderlich, im Jahr 1995 begleitet.

Zu internationaler Bekanntheit in der Musikwelt kam der 1933 im südpolnischen Debica geborene Penderecki schon in jungen Jahren: Seine Komposition für die Opfer von Hiroshima aus dem Jahr 1959 wurde mit dem Preis der Weltkulturorganisation Unesco ausgezeichnet und gehört bis heute zu seinen meistgespielten Werken. Während er mit seinen frühen Arbeiten als Vertreter der Avantgarde galt, wandte sich Penderecki in späteren Jahren wieder mehr traditionellen Musik- und Klangmustern zu. Einen Schwerpunkt legte er auf Kammermusik und sakrale Musik. Penderecki lehrte an der Krakauer Musikhochschule, der Folkwangschule in Essen und der Yale-Universität in den USA. Er erhielt zahlreiche Auszeichnungen, darunter das Große Verdienstkreuz der Bundesrepublik Deutschland. Selbst Pendereckis Partituren wurden bereits wie Kunstwerke ausgestellt: Der Musiker machte verschiedene Klänge in verschiedenen Farben kenntlich, dadurch waren die Handschriften ganz bunt.

Sein Landgut in der Nähe von Krakau mit seinem ausgedehnten Park genoss der umtriebige Komponist und Dirigent nur selten, obwohl Bäume neben der Musik als seine große Leidenschaft galten. Der ausgebuchte Terminkalender und die vielen Reisen ließen keine Rast zu. Nach dieser sehnte er sich selbst im hohen Alter nicht. Dass er sich Ruhe wünsche, sei wohl ein Scherz, sagte Penderecki vor seinem 85. Geburtstag im November 2018, den er mit einem einwöchigen Musikfestival in Warschau feierte.

Dort kamen ihm zu Ehren Weggefährten der internationalen Musikszene zusammen wie die Dirigenten Juri Baschmet und Christoph Eschenbach - und natürlich auch Anne-Sophie Mutter. Gebannt lauschte das Publikum in den vornehmsten Konzertsälen Warschaus Pendereckis Musik. „Was kann man sich mehr wünschen?“, sagte der Komponist, der sich vor allem aus einem Grund besonders glücklich schätzte: „Meine Musik wird in meiner Heimat gespielt und geschätzt.“

https://www.focus.de/kultur/diverses/musik-polnischer-komponist-krzysztof-penderecki-gestorben_id_11825797.html, 31.03. 2020

Threnos den Opfern von Hiroshima

<https://www.youtube.com/watch?v=p9xAjiZo7go>

Allgemein:

Sport verbrennt nicht nur Kalorien, Sport beseitigt auch psychischen Ballast. Um diese schwierige Situation für alle zu verbessern bzw. angenehmer zu gestalten, kann regelmäßige Bewegung helfen. Hier einige Vorschläge, um gut durch die nächsten Wochen zu kommen und Struktur ins Leben zu bringen.

- Laufen ist für viele die erste Wahl. Beginnt mit Ausdauerläufen in gemäßigttem Tempo und zunehmender Dauer. Empfehlenswert sind bei weitgehend untrainiertem Zustand Minutenläufe. (Eine Minute laufen, eine Minute gehen, zwei Minuten laufen, eine Minute gehen, drei Minuten laufen, eine Minute gehen, zwei Minuten laufen, eine Minute gehen....) Die Anforderung kann beliebig gesteigert werden und Fortschritte sind dabei sichergestellt. Lauft in gemütlichem Tempo, wobei ihr auf drei Schritte einatmet und auf drei Schritte ausatmet. Der Oberkörper wird dabei lockergelassen und die Arme schwingen mit. Ziel ist es, die Pausen zu minimieren, so dass ihr ca. 30 Minuten ohne Unterbrechung joggen könnt. Bei regelmäßigem Training werdet ihr schnell erste Erfolge spüren. Klar solltet ihr euch an die Regeln der Regierung halten und z.B. nur mit Familienmitgliedern oder allein Sport in der Öffentlichkeit treiben und dabei Abstand zu Fremden halten.
- Auf YouTube finden sich viele gute Videos zu sportlicher Bewegung: Workouts zum Mitmachen, Technik-Tutorials, Bewegungs-Challenges und vieles mehr.
- Es stehen auch verschiedene Fitness-Apps fürs Handy zur Verfügung, die vielfach kostenlos sind. Auch diese könnt ihr euch einfach einmal ansehen.
- Vielleicht setzt ihr euch ein eigenes sportliches Ziel und verfolgt es die nächsten Wochen konsequent. Oder ihr vereinbart gemeinsame Sportzeiten mit der ganzen Familie. Entwerft doch eure eigene Challenge und fordert Familienmitglieder, Freunde, Klassenkameraden oder Mannschaftskollegen heraus. Hierbei gibt es unzählige Möglichkeiten.

Sport zum mitmachen	Draußen	Draußen	Zielgruppe	Geräte	link:
Fitnessübungen	✓		Eltern + Kind	TV, Internet, evtl. Yogamatte	https://www.youtube.com/watch?v=qN4INvtuHJY
tägliche Sportstunde	✓		5.-7. Klasse	TV, Internet, evtl. Yogamatte	https://www.youtube.com/user/albabasketball
Kindersportstunde	✓		5.-7. Klasse	TV, Internet, evtl. Yogamatte	https://www.youtube.com/watch?v=blt7cwC_6a8&list=PLU0bZhmFu67X_ATpMjTuKV_L2kNlvgnlz
Familienworkout	✓		Eltern + Kind	TV, Internet, evtl. Yogamatte	https://www.youtube.com/watch?time_continue=302&v=PQmX9wpvtkg&feature=emb_title
Fit mit Felix	✓		Eltern + Kind	TV, Internet, Hilfsmittel	https://www.youtube.com/watch?v=geKmk-kOX_dU
Yoga mit Kindern	✓		Eltern + Kind	TV, Internet, evtl. Yogamatte	https://www.youtube.com/watch?v=D7HzVY3ZkEI&feature=emb_title
Tabata	✓		8./9./10./11./12. Klasse	TV, Internet, evtl. Yogamatte	https://www.youtube.com/watch?v=WY456Y-jaB3E&t=95s
freeletics workout	✓	✓	8./9./10./11./12. Klasse	Matte, Handtuch	App
Ganzkörper Workout	✓		10./11./12. Klasse	Matte, Handtuch	https://www.youtube.com/watch?v=T2IyoAhnXI
Zumba Workout	✓		8.-12. Klasse	Handy, TV, Internet	https://www.youtube.com/watch?v=iWz8JfaOVjM

Video-Tutorials:					
Jonglieren	✓	✓	Einsteiger -Profi	Bälle, Socken, Tücher	https://www.youtube.com/channel/UCt66oUA697Neh46i3RO_yGg
Fußball Jonglage	✓	✓	Einsteiger	Fußball	https://www.youtube.com/watch?v=RAZKZYwDEXk
Fußball Jonglage	✓	✓	Fortgeschrittene	Fußball	https://www.youtube.com/watch?v=R-84wcqhuKU
Badminton Schlagarten		✓	Einsteiger	Badminton	https://www.youtube.com/watch?v=QGI80pm7NQ4&t=15s

Regelfilme:	link:
Handballregeln	https://www.youtube.com/watch?v=v8y_QmwIzdE
Basketballregeln	https://www.youtube.com/watch?v=VGZC3MIefok
Volleyballregeln	https://www.youtube.com/watch?v=6pPFteuSC3k
Badmintonregeln	https://www.youtube.com/watch?v=DS7PU6af3xQ
Fußballregeln	https://www.youtube.com/watch?v=cJ2biwfU1OQ